

Czwartek 2026-04-30	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1818.1 kcal B 72.3 g W 277.3 g Cukry 42.9 g T 65.9 g NKT 17.8 g Błonnik 31.0 g Sód 1586.2 mg	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 70.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kopytka (G) 200.00g; (1, 3)		Fasolka po bretońsku (D) 100.0g (10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 1811.4 kcal B 82.5 g W 271.1 g Cukry 30.9 g T 65.6 g NKT 15.6 g Błonnik 40.2 g Sód 1911.8 mg	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 70.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)	Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1797.6 kcal B 73.8 g W 272.6 g Cukry 45.2 g T 64.8 g NKT 17.9 g Błonnik 25.7 g Sód 1901.2 mg	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 70.0g (3, 7, 10) Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kopytka (G) 200.00g; (1, 3)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1777.8 kcal B 73.3 g W 272.0 g Cukry 44.5 g T 63.1 g NKT 16.6 g Błonnik 25.6 g Sód 2148.2 mg	Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 70.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kopytka (G) 200.00g; (1, 3)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Piątek 2026-05-01

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.3.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 1990.1 kcal B 87.8 g W 299.4 g Cukry 64.0 g T 65.9 g NKT 18.4 g Błonnik 30.8 g Sód 1444.4 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g;</p> <p>chleb graham 50.00g; (1)</p> <p>chleb pszenny 50.00g; (1)</p> <p>dżem owocowy 40.00g;</p> <p>ser, gouda tłusty 40.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Żurek z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9)</p> <p>Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p> <p>miruna pieczona (P) 100.00g; (4)</p>		<p>Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3)</p> <p>Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 60.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g;</p> <p>chleb graham 50.00g; (1)</p> <p>chleb pszenny 50.00g; (1)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2342.0 kcal B 128.0 g W 316.4 g Cukry 39.5 g T 82.1 g NKT 23.2 g Błonnik 42.5 g Sód 1969.6 mg</p>	<p>Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 50.1g</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>chleb graham 100.00g; (1)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g;</p> <p>ser, gouda tłusty 40.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)</p>	<p>Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7)</p> <p>Żurek z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p> <p>miruna pieczona (P) 100.00g; (4)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 60.0g</p> <p>Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1)</p> <p>rzodkiewka 90.00g;</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 2006.1 kcal B 88.9 g W 315.4 g Cukry 58.7 g T 59.8 g NKT 14.9 g Błonnik 24.7 g Sód 1372.4 mg</p>	<p>Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>buraki gotowane SŁUPKI z olejem (G) 90.00g; dżem owocowy 40.00g;</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Dynia duszona z olejem W 150.0g</p> <p>Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p> <p>miruna pieczona (P) 100.00g; (4)</p>		<p>Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 80.1g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>pomidor b/s czerwony 90.00g;</p> <p>deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA</p> <p>Razem E: 2006.1 kcal B 88.9 g W 315.4 g Cukry 58.7 g T 59.8 g NKT 14.9 g Błonnik 24.7 g Sód 1372.4 mg</p>	<p>Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>buraki gotowane SŁUPKI z olejem (G) 90.00g; dżem owocowy 40.00g;</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Dynia duszona z olejem W 150.0g</p> <p>Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p> <p>miruna pieczona (P) 100.00g; (4)</p>		<p>Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 80.1g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>pomidor b/s czerwony 90.00g;</p> <p>deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tujin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Sobota 2026-05-02

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1856.6 kcal B 84.4 g W 283.0 g Cukry 49.2 g T 60.1 g NKT 17.0 g Błonnik 27.6 g Sód 1718.0 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Kotlet schabowy tradycyjny (S) 100.0g (1, 3) Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, cebuli, ogórka z olejem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 1967.8 kcal B 104.9 g W 316.7 g Cukry 39.3 g T 50.5 g NKT 14.9 g Błonnik 40.8 g Sód 1707.6 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy 99.9g	Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, cebuli, ogórka z olejem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; ryż brązowy gotowany (G) 100.00g;	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1714.4 kcal B 90.9 g W 277.6 g Cukry 48.3 g T 42.6 g NKT 16.3 g Błonnik 23.0 g Sód 1541.8 mg	Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1714.4 kcal B 90.9 g W 277.6 g Cukry 48.3 g T 42.6 g NKT 16.3 g Błonnik 23.0 g Sód 1541.8 mg	Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Niedziela 2026-05-03	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.3.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 2094.5 kcal B 106.9 g W 262.4 g Cukry 36.3 g T 85.8 g NKT 18.9 g Błonnik 29.7 g Sód 1550.6 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) majonez 10.00g; (3, 10) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2362.4 kcal B 121.8 g W 303.3 g Cukry 30.1 g T 92.4 g NKT 20.7 g Błonnik 39.0 g Sód 1600.5 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)</p>	<p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)</p>	<p>Kisiel owocowy bez cukru (G) 100.0g</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; majonez 10.00g; (3, 10) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 2025.6 kcal B 104.1 g W 273.4 g Cukry 39.3 g T 74.4 g NKT 18.7 g Błonnik 28.7 g Sód 1552.0 mg</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA</p> <p>Razem E: 1950.7 kcal B 102.4 g W 268.4 g Cukry 39.2 g T 69.1 g NKT 15.4 g Błonnik 28.6 g Sód 2103.5 mg</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Poniedziałek 2026-05-04

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.3.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 2124.3 kcal B 88.6 g W 314.9 g Cukry 42.9 g T 78.2 g NKT 14.8 g Błonnik 50.6 g Sód 1520.8 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1)</p> <p>wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1)</p> <p>ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3)</p> <p>Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1)</p> <p>ser twarogowy chudy 50.00g; (7)</p> <p>chleb pszenny 50.00g; (1)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2404.4 kcal B 113.4 g W 327.6 g Cukry 34.2 g T 95.4 g NKT 18.9 g Błonnik 63.1 g Sód 1910.3 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>chleb graham 100.00g; (1)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p>	Mus warzywno- owocowy 100.0g	<p>Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3)</p> <p>Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>	sok pomidorowy 300.00g;	<p>Pełnoziarnista zapiekanka ryżowa ze szpinakiem i serem (P) 150.1g (3, 7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1)</p> <p>ogórek 90.00g;</p> <p>ser twarogowy chudy 50.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p>	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 2105.6 kcal B 85.7 g W 358.0 g Cukry 46.3 g T 57.4 g NKT 12.5 g Błonnik 44.6 g Sód 1693.3 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Zupa NT kukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7)</p> <p>Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3)</p> <p>Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Dynia duszona z olejem (D) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>pomidor b/s czerwony 90.00g;</p> <p>ser twarogowy chudy 50.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA</p> <p>Razem E: 2105.6 kcal B 85.7 g W 358.0 g Cukry 46.3 g T 57.4 g NKT 12.5 g Błonnik 44.6 g Sód 1693.3 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Zupa NT kukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7)</p> <p>Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3)</p> <p>Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Dynia duszona z olejem (D) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>pomidor b/s czerwony 90.00g;</p> <p>ser twarogowy chudy 50.00g; (7)</p> <p>masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 5.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcję nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Wtorek 2026-05-05

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2024.9 kcal B 75.9 g W 316.9 g Cukry 70.2 g T 71.5 g NKT 19.7 g Błonnik 25.6 g Sód 1403.3 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; kajzerki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Surówka z pekińskiej kapusty z pomarańczą i olejem 150.0g Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) kluski ziemniaczane (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg z cebulą (D) 30.00g; (7)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) dżem owocowy 40.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2329.1 kcal B 90.4 g W 359.9 g Cukry 38.2 g T 78.3 g NKT 17.2 g Błonnik 42.3 g Sód 1419.8 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; bułki grahamki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Podpłomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)	Surówka z pekińskiej kapusty z pomarańczą i olejem 150.0g Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) kluski ziemniaczane (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg z cebulą (D) 30.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salátka ciecierzycy wegetariańska (Dega) (G) 125.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2028.1 kcal B 66.2 g W 323.3 g Cukry 71.2 g T 72.6 g NKT 19.6 g Błonnik 22.5 g Sód 1645.4 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona (P) 90.00g; kajzerki 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) kluski ziemniaczane z maselkiem (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg 30.00g; (7)		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2042.7 kcal B 65.4 g W 322.6 g Cukry 70.6 g T 74.9 g NKT 18.7 g Błonnik 22.4 g Sód 1916.3 mg	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona (P) 90.00g; kajzerki 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) kluski ziemniaczane z maselkiem (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg 30.00g; (7)		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Środa 2026-05-06

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1558.0 kcal B 88.7 g W 246.3 g Cukry 42.4 g T 41.4 g NKT 12.8 g Błonnik 31.1 g Sód 1499.4 mg	pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 1843.0 kcal B 104.3 g W 291.1 g Cukry 40.2 g T 48.3 g NKT 14.6 g Błonnik 42.2 g Sód 1590.8 mg	pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1951.6 kcal B 95.1 g W 341.2 g Cukry 39.4 g T 39.0 g NKT 11.6 g Błonnik 26.3 g Sód 2141.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1951.6 kcal B 95.1 g W 341.2 g Cukry 39.4 g T 39.0 g NKT 11.6 g Błonnik 26.3 g Sód 2141.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Czwartek 2026-05-07	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2073.3 kcal B 110.1 g W 277.7 g Cukry 36.3 g T 78.8 g NKT 18.0 g Błonnik 26.2 g Sód 1805.7 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) chleb pszenny 50.00g; (1) majonez 10.00g; (3, 10) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek kiszony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2366.2 kcal B 126.9 g W 312.7 g Cukry 51.3 g T 91.1 g NKT 22.7 g Błonnik 42.8 g Sód 1944.1 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; majonez 10.00g; (3, 10) masło ekstra 10.00g; (7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;	Kisiel owocowy bez cukru (G) 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek kiszony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2024.5 kcal B 132.5 g W 285.2 g Cukry 36.3 g T 56.8 g NKT 18.0 g Błonnik 23.9 g Sód 2462.8 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) rukola 10.00g; cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2039.3 kcal B 131.8 g W 285.5 g Cukry 36.3 g T 58.8 g NKT 17.0 g Błonnik 24.0 g Sód 2751.5 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) rukola 10.00g; cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Piątek 2026-05-08

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.3.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 1979.2 kcal B 71.0 g W 324.0 g Cukry 45.0 g T 63.3 g NKT 17.1 g Błonnik 39.0 g Sód 1261.2 mg</p>	<p>Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9)</p> <p>Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4)</p> <p>Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2113.7 kcal B 92.5 g W 333.8 g Cukry 39.2 g T 66.7 g NKT 16.2 g Błonnik 50.0 g Sód 1357.6 mg</p>	<p>Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Mus warzywno-owocowy 100.0g</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9)</p> <p>Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4)</p> <p>Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy bez cukru (G) 100.0g (7)</p>	<p>Pasta a'la paprykarz (ryż BRAZOWY, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 1843.5 kcal B 67.4 g W 335.9 g Cukry 51.0 g T 44.6 g NKT 16.4 g Błonnik 38.4 g Sód 1233.9 mg</p>	<p>Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9)</p> <p>Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4)</p> <p>Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA</p> <p>Razem E: 1843.5 kcal B 67.4 g W 335.9 g Cukry 51.0 g T 44.6 g NKT 16.4 g Błonnik 38.4 g Sód 1233.9 mg</p>	<p>Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9)</p> <p>Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4)</p> <p>Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7)</p> <p>Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Sobota 2026-05-09

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.3.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1852.1 kcal B 86.7 g W 264.4 g Cukry 53.8 g T 67.3 g NKT 17.8 g Błonnik 32.9 g Sód 1757.8 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z czarnej rzepy (marchew, majonez) 150.0g (3, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2062.0 kcal B 101.8 g W 301.4 g Cukry 43.2 g T 69.7 g NKT 15.9 g Błonnik 44.0 g Sód 1873.4 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt./porc.) 30.00g; (11)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Surówka z czarnej rzepy (marchew, majonez) 150.0g (3, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1619.7 kcal B 83.4 g W 266.1 g Cukry 58.0 g T 40.8 g NKT 15.7 g Błonnik 26.5 g Sód 1680.1 mg	Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
3.3.26 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1619.7 kcal B 83.4 g W 266.1 g Cukry 58.0 g T 40.8 g NKT 15.7 g Błonnik 26.5 g Sód 1680.1 mg	Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe